AKIL DEFTERİM

AHMET TÜRKAN - MBA

HERKESİN BİR AKIL DEFTERİ OLMALI

Hayatın insanı zorladığı zamanlarda bir göz atıp kendime gelmek ümidi ile okur ve kendimi yatıştırmaya çalışırım. Bana akıl veren defterimi huzuru arayanlar ile paylaşmak istedim…

Ahmet TÜRKAN

1 - KİŞİSEL KALİTENİZİ ARTIRIN

- Olması gerekenler olması gerektiği gibi olmalı
  - UYGULAYIN
- Hep istediğiniz ama şimdiye kadar yapamadığınız güzel bir iş yapın.
- Evrende her şey birbiri ile uyumludur. Her şeyi gözlemleyin. Kendinize ait dersler çıkarın.
- Siz evrendeki en ayrıcalıklı varlıksınız, bunu fark ederek yaşayınız.

Durun ve düşünün

- Rast gele mi yaşıyorsunuz.
- Günü yakalayın
- **“Dün dünde kaldı cancağızım, bugün yeni şeyler söylemek lazım” Hz. Mevlana**

  – Not: Düşünce ve davranışlarınız sizin kontrolünüzdemi.

2 - YAKIN VE UZAK HEDEFLER

- Belirleyin ve Hayalinizde yaşayın

- İnsan Hayal Ettiği Sürece Yaşar…Çin Atasözü
- Hedefi olmayan hiçbir gemiye rüzgar yardım edemez. ***Florance Chedwing***
  - UYGULAYIN
    - Kendinizi açıkça tanımlayın
    - Hangi yaşta ne olmak istiyorsunuz?
    - Kendi özelliklerinizle olmak istediğiniz yer uyumlumu?

Modelleyin

- Başarılı İnsanları Gözlemleyin…
- Tecrübelerden yararlanın…
- Kendi tarzınızı oluşturun…

3 - YAPABİLECEĞİNİZE İNANIN

- BUNU GELİŞTİRİN

- Başarı yaptığınız işe inanmakla başlar…
  - Edison ampulü icat etmeden önce 4000 den fazla deney yapmıştır. Etrafındaki insanlar onun aklından şüphe etmeye başlamışlardır.
    - **Bu gün ampul var.**

UYGULAYIN

- Yapabileceğinize dair deliller toplayın…
- Kendinizi ikna edin…
- Daha önce başardığınız bir iş sırasında yaşadığınız heyecanı tekrar düşünün.
  - **HATIRLAYIN**
    - **İstanbul'un Fethi**
    - **Çanakkale Zaferi**
    - **Milli Takımın Dünya 3.lüğü**

4 - KENDİNİZ VE HERKES İÇİN DÜŞÜNÜN

- Hayatta her şey insan içindir…
  - **İnsan para kazanmak için sağlığını, sağlığını kazanmak için parasını…**

Uygulayın

- Egoist olmayın
- İnsanlar mutlu olduğunda siz de mutlu olun…
- Kendinizi iyi hissetmeniz herkesten daha iyi olmanıza bağlı olmamalı…
- Bir kişiyle olan probleminizionunla birlikte hemen çözün….

5 - DİNLEMEYİ ÖĞRENİN

DOĞRU ANLAYIN
DOĞRU ANLATIN

- **(İKİ DİNLE BİR SÖYLE)**

- « Ne kadar bilirsen bil, söylediklerin karşındakinin anladığı kadardır.» Hz. Mevlana…

UYGULAYIN

- İnsanları anlamanın zevkine varın…
- Başkalarının sözlerinin bölmeyin…
  - Bu kendinize saygısızlıktır.
- Dinliyor gibi yapmayın… **DİNLEYİN…**
- Beyninize bir süzgeç koyun, dinlediklerinizi bir süzgeçten geçirin…
- Telefon tuşlarına rastgele basarsanız mutlaka biriyle konuşursunuz, ama bu aradığınız kişi olmaz. Ancak aradığınız kişinin numarasını tuşlarsanız onunla konuşabilirsiniz.

6 - İNSANLAR SİZİN GÜCÜNÜZDÜR

- «Normal Bir İnsan aklıyla yetinir. Akıllı bir insan başkalarının da aklını kullanır.»
- «Sizi siz yapan, sizi en iyi anlayan arkadaşınızdır…» **Romain Rolland**

UYGULAYIN

- İnsanların sadece olumlu yönlerine odaklanın.
- Başkalarının farklılıklarının siz ve çevreniz için kattığı değeri düşünün.
- Olumsuz önyargılardan kurtulun.

YAPIN

- Farklılıkları kutlayın…
- Açık fikirli olun…
- İnsanlarla birlikte yeni çözümler üretin…
- Daima haklı olamazsınız…
- Herkes kendi yoluna düşüncesi ile hareket etmeyin…

7 - GELİŞME VE YENİLEME DUYGUNUZU CANLI TUTUN

- **«DEĞİŞMEYEN TEK ŞEY DEĞİŞİMDİR»**
  - ***Yaşam durağan değildir. Zihinlerini değiştirmeyenler mezarlıktakilerdir.***
    Everett Dirksen

UYGULAYIN

- Alışılmışın dışında görebiliyormusunuz…
- Nerede olursanız olun yapabileceklerinizi yapın…
- Yeniden doğmak her an mümkündür…

- **KENDİNİZİ HER YÖNDEN GELİŞTİRİN….**

YAPIN

- Egzersiz yapın
- Dengeli beslenin
- Düzenli uyuyun…
- Düzenli dinlenin
- Okuyun
- Dinleyin
- Gülümseyin
- İyilik yapın
- Dost kazanın
- İnsanlara saygı duyun
- Ruhunuzu dinlendirin
- İnancınızı tazeleyin

8 - ASLA ÜMİDİNİ KAYBETME

- DAİMA CESUR OL
- «Hiçbir skor kesin yenilgi değildir…»
- «Yeis (ümitsizlik) öyle bir bataktır ki, düşersen boğulursun, ümide sarıl, çık bak ne olursun»… Mehmet Akif

Yeniden başla

- Kendini yorgun hissetsen bile
- Başarı senden kaçsa bile
- Bir hata sana zarar verse bile
- Hatta ihanet sana acı verse bile
- Bir hayal yok olsa bile
- Göz yaşların gözlerinin yaksa bile
- Kimse gayretini fark etmese bile
- Nankörlük ödülün olsa bile
- Anlayışsızlık seni gülmekten alıkoysa bile
- Ve hatta her şey… Hiçbir şey olsa bile vaz geçme…
  - **YENİDEN BAŞLA**

KENDİNİ İYİ HİSSETMEK İSTİYORSAN SENİ MUTLU EDECEKLER ŞEYLER YAP

İMANINI TAZELE